ITEM 324 : ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE, OBSERVANCE, AUTO-MÉDICATION

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

- Projet pédagogique individualisé = ensemble des étapes permettant de mettre en place une approche thérapeutique adaptée au patient, en favorisant son autonomie, ses capacités de décision et ses compétences d'auto-soin.
- Essentielle pour tout patient concerné par une maladie chronique (16 millions de patients en France).
- Définit en 1998 par l'OMS, mis en place par la **loi HPST** de **2009.**
- « L'éducation thérapeutique est un ensemble de pratiques visant à permettre au patient l'acquisition de compétences, afin de pouvoir prendre en charge de manière active sa maladie, ses soins et sa surveillance, en partenariat avec ses soignants ». OMS 1998. Concerne l'ensemble des professionnels de santé : médecins, pharmaciens, paramédicaux…
- Objectif pour les professionnels de santé « être capable d'aider les patients atteints d'affections chroniques à acquérir la capacité de gérer leur traitement afin de prévenir les complications résultant de leur propre maladie, tout en conservant ou améliorant leur qualité » OMS 1998.

EDUCATION	= Ensemble de pratiques visant à permettre au patient l'acquisition de compétences, afin de pouvoir prendre en charge de manière active sa maladie, ses soins et sa surveillance. **- Éducation à la santé** : règles générales de prévention. **- Éducation à la santé du patient** : vise à optimiser des règles d'utilisation du système de santé par des malades. **- Éducation thérapeutique du patient** : vise à améliorer l'autonomie et la qualité de vie des patients.	
PROGRAMME PEDAGOGIQUE	= 3 types : - **Programmes d'éducation thérapeutique du patient** : dans toute maladie chronique. - **Actions d'accompagnement** : assistance et soutien aux malades et à leur entourage. - **Programmes d'apprentissage** : gestes techniques pour l'utilisation d'un médicament ou d'une technique.	
	Principes	- Élaborer un **diagnostic éducatif** : point sur la maladie, la sévérité, les comorbidités, dimension sociale et professionnelle, psycho-affective, acceptation de la maladie, croyances, représentations, attentes. - Définir un **programme personnalisé d'éducation thérapeutique du patient** : compétences à acquérir. - Planifier et mettre en œuvre les **séances d'éducation thérapeutique collectives** et/ou **individuelles** : contenus des séances, méthodes et techniques d'apprentissage… **- Évaluation individuelle** : apprentissage du patient.
	Compétences à développer	- Compétences **d'auto-soins** : modification de l'effet de la maladie sur sa santé (OMS 2004). - Compétences **d'adaptation** : permettant de s'adapter et d'adapter ses traitements selon la situation. - Compétences **de sécurité** : dépister et prendre en charge les situations à risque.
	Efficacité	**- Comportemental** : acquisition des compétences d'auto-soins, d'adaptation et de sécurité. **- Cognitif** : amélioration des croyances erronées, des préjugés et des connaissances. **- Médical** : amélioration de paramètres liés à la maladie (paramètre de suivi biologique…) **- Autonomie** et **sécurité** : réduction des effets indésirables des traitements, des rechutes et complications de la maladie, du recours aux urgences ou aux hospitalisations. **- Global** : amélioration de la qualité de vie, réalisation de projet de vie.

OBSERVANCE - ADHÉSION

- Adhésion (remplace observance dans les nouveaux collèges) = degré d'adéquation entre le comportement du patient et les recommandations des soignants : prescription et suivi thérapeutique, mesures hygiéno-diététiques, suivi médical…
- Comprend :
  - **Adhésion** au traitement : adoption des règles de prises médicamenteuses proposées.
  - **Maintenance** du traitement : durée effective de prise médicamenteuse sans écart significatif par rapport à la prescription initiale.
- La non-observance concerne entre **20 et 70 % des patients.**
- Différence avec observance (obéissance) et compliance (suivi passif des règles de prescriptions).
- Concordance : degré auquel les recommandations médicales et les comportements du patient s'accordent mutuellement.
- Alliance thérapeutique : processus collaboratif construit entre le patient et le professionnel de santé, incluant l'adhésion au traitement, aboutissant à des décisions thérapeutiques partagées.

FACTEURS INFLUENÇANT	Facteurs d'adhésion	- Traitement d'administration simple. - Traitement de courte durée. - Traitement bien toléré. - Traitement efficace. - Compréhension des bénéfices attendus, des modalités de prise, des risques d'effet indésirable et des modalités de surveillance.
	Facteurs de non-adhésion	- Nature de l'affection traitée : notamment affection asymptomatique (plus de 60 % de non-observance pour le traitement d'une seule anomalie biologique : ex l'hypercholestérolémie). - Complexité de la stratégie thérapeutique : galénique non adaptée, horaires, durées… - Mauvaise tolérance du traitement. - Problèmes physiologiques présentés par le patient : grand âge, troubles sensoriels, troubles mnésiques, difficultés motrices ou de coordination… - Degré de motivation. - Non-compréhension des objectifs du traitement par les patients. - Implication des soignants.

		- Absence de prise en charge des soins et traitements par les assurances publiques ou privées. - Stress, dépression, anxiété des patients.
	Conséquence de la non-adhésion	- Échec thérapeutique. - Complications de la pathologie. - Risque iatrogène (ex : INR et vitamine K). - Résistance aux anti-infectieux. - Détérioration de la relation médecin-malade. - Coût important pour la société.
MODELE DE DECISION		- **Modèle paternaliste** : le médecin apporte les informations, descendantes, et décide. - **Modèle de patient autonome** : le patient s'informe par ses propres moyens et va décider, avec ses proches. - **Modèle de décision partagée** : chacun apporte ses informations, ses connaissances, ses besoins et attentes, et une décision commune au soignant et au patient va émerger.

MÉDECINE PERSONNALISÉE

La « médecine personnalisée » ou médecine de précision :
- Combine des techniques avancées permettant de mieux **caractériser le patient** (biomarqueurs, histoire médicale, contexte socio-économique et besoins individuels), afin d'adapter précisément les stratégies de prévention, diagnostic, traitement et surveillance des maladies.
- Concept ancien, centré sur l'individu.
- Renouveau grâce aux progrès technologiques récents en génétique, protéomique, imagerie et informatique.
- **Objectif** : classer les individus en sous-groupes selon leur susceptibilité à certaines maladies ou leur réponse aux traitements, optimisant ainsi les interventions thérapeutiques tout en réduisant les risques et les coûts associés.

AUTO-MÉDICATION

Automédication = utilisation par des personnes, hors prescription médicale, pour elles-mêmes ou pour leurs proches, de leur propre initiative, de médicaments accessibles sans ordonnance, sûrs et efficaces ± assistance et conseils du pharmacien.
- 2 types d'automédication.
- Automédication « sauvage » : situation où un patient, confronté à un problème aigu qu'il pense reconnaître, décide spontanément de prendre un médicament disponible à domicile, soit de lui-même, soit sur recommandation d'un membre de son entourage.
- Automédication contrôlée : consiste pour le patient à traiter certains troubles avec des médicaments autorisés spécifiquement pour être utilisés sans ordonnance. Ces médicaments possèdent une Autorisation de Mise sur le Marché (AMM) dédiée, délivrée par une commission spécialisée de l'ANSM, et leur utilisation se fait sous le conseil du pharmacien.
- Concerne **85 %** de la population française (35 €/an en moyenne).
- Représente **7,5 %** du marché pharmaceutique en France, pour 2 milliards d'euros.

ACCES	= **Médication officinale** : médicaments disponibles sans ordonnance. - Ces médicaments doivent : • Présenter un rapport bénéfice/risque très favorable. • Traiter des problèmes de santé fréquents et bénins. • Conditionnement et instructions clairs adaptés à un usage court.	
	Via une demande au pharmacien	= A demander au pharmacien au comptoir : majorité des médicaments d'automédication. - Remboursable ou non par la sécurité sociale.
	En accès direct	= En accès-libre dans la pharmacie : - Liste : . **Médicaments allopathiques.** **. Médicaments homéopathiques.** **. Médicaments à base de plante.** **-** Non remboursable par la sécurité sociale.
	Armoire à pharmacie	= Médicament possédé par le patient, réutilisé hors prescription.
BON USAGE	Automédication responsable	- Traitements de symptômes courants et bénins : fièvre, douleur modérée, rhume… - Traitement de courte durée. - Privilégier les spécialités simples (un seul principe actif). - Respect des exigences de sécurité. - Consultation médicale en cas de persistance des symptômes. - Informer son médecin de toute automédication. - Conseils du pharmacien d'officine. - Information du patient : brochure de l'ANSM, notices des médicaments.
	Automédication non responsable	- Utilisation de médicaments antérieurement prescrits sur ordonnance : antibiotique… - Traitement de longue durée. - Automédication non déclarée au médecin ou au pharmacien. - Consommation médicamenteuse inadaptée, sans respect des modalités d'administration. - Utilisation de médicaments inconnus : conseillés ou transmis par l'entourage, achetés sur Internet. - Automédication lors de la grossesse et chez l'enfant en bas âge.

RISQUE	Accident médicamenteux	**- Mésusage** : erreur de posologie, administration à un enfant d'une forme pour adulte, durée de traitement trop courte ou trop longue, arrêt brutal d'un médicament, non-respect des contre-indications ou précautions d'emploi, utilisation de médicaments périmés. **- Effet indésirable** : hémorragie sous aspirine, somnolence sous anti-histaminique… **- Interaction médicamenteuse** : association à risque, diminution de l'absorption (anti-acides…) **- Risque iatrogénique pendant la grossesse** : aspirine > 24 SA… **- Évolution vers une pharmacodépendance** : antitussif à base de codéine… **- Surdosage médicamenteux** : prise de 2 médicaments contenant du paracétamol…
	Autres risques	- Retard au diagnostic d'une urgence vitale (infarctus, infection…) - Retard de diagnostic et traitement inadapté d'une pathologie chronique (asthme…) - Complication d'une affection bénigne. - Accident de la voie publique : somnolence… - Réactions positives aux tests antidopage chez le sportif.
	Sujet à risque	- Femme enceinte ou allaitante. - Allergie médicamenteuse connue. - Enfant < 12 ans. - Sujet âgé > 75 ans. - Maladie chronique : hépatique, cardiaque, rénale, diabète…